

月刊

デイサービス 海山荘

令和7年11月号

第238号



あじさい



牧之原市片浜1013-1
TEL 0548(53)1230

日ごとに秋が深まってまいりました。

日の入りが早くなり、夏の暑さが懐かしく感じます。

文化の秋・食欲の秋とインドア向けに夏とは一味違った生活の楽しみが生じます。

冬に向け、体調を整えてお元気にお過ごしください。



秋の運動会

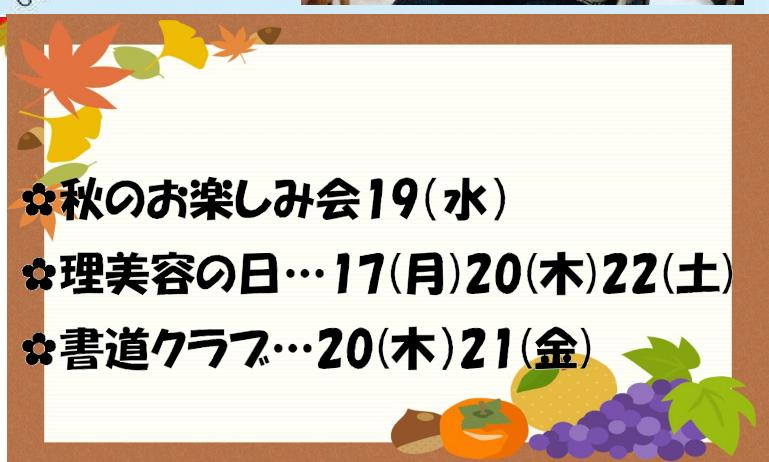


10月14日(火)は『運動会』でした。
玉入れや輪投げリレー等のゲームを行い皆さんと一緒に盛り上りました。
声を出したり、身体を動かし



11月の予定

- *秋のお楽しみ会 19(水)
- *理美容の日… 17(月) 20(木) 22(土)
- *書道クラブ… 20(木) 21(金)



2025年 11月

	月	火	水	木	金	土
レク活動						
昼食メニュー	[柿の豆知識] 秋の深まりと共に軒先で柿を見かけることが増えてきました。 柿は主に「甘柿」と「渋柿」の2種類があります。甘柿はそのまま食べられ、渋柿はタンニン酸が含まれているので、渋みを取り除くために干し柿にすることが一般的です。また、柿は栄養価が高く、ビタミンCや食物繊維が豊富です。日本では古くから親しまれており、奈良時代に中国から伝わったとされています。 さて、柿がテーマの「唄」「俳句」「歌」「昔ばなし」は、皆さんは何を思い浮かべますでしょうか?いろいろと思い浮かべてみましょう。 「柿食えば鐘が鳴るなり法隆寺」「猿蟹合戦」「鯵ヶ沢甚句」				1 音楽会	
おやつ						御飯 チキンステーキ (オニオンソース) 茄子の地中海風炒め 小松菜のツナ和え みそ汁(玉葱・絹さや) お月見まんじゅう
レク活動	3 クイズ	4 物送りゲーム	5 タオル体操	6 ジェスチャーゲーム	7 物送りゲーム	8 記憶力ゲーム
昼食メニュー	御飯 刺身 かぼちゃのそぼろ煮 白菜のゆず風味和え みそ汁(豆腐・ワカメ)	ビビンバ丼 餃子 フルーツ杏仁 中華スープ(大根・人参)	御飯 あじの照り焼き 里芋の煮物 白菜のゆかり和え みそ汁(豆腐・あげ)	御飯 さわらの塩麹焼き 高野豆腐の煮物 パンプキンサラダ みそ汁(玉葱・人参)	チャーハン 豚肉の味噌マヨ焼き 付)ピーマン マカロニサラダ ワカメスープ(若布・えのき)	御飯 さばの西京焼き レンコンのきんぴら きゅうりの酢の物 かき玉汁
おやつ	カステラ	マドレーヌ	今川焼き	カスタードケーキ	もみじ饅頭	和梨ゼリー
レク活動	10 音楽会	11 タオル体操	12 歌詞並べ	13 すごろく	14 すごろく	15 クイズ
昼食メニュー	御飯 かにクリームコロッケ うの花 なます みそ汁(白菜・絹さや)	【温】とろろそば ひじきの煮物 きゅうりの塩昆布和え きなこミルク風ムース	御飯 焼き肉 ナポリタン ポテトサラダ みそ汁(じゃが芋・葱)	御飯 シーフードカレー マカロニサラダ 香の物(福神漬) ヨーグルト	御飯 フライ盛り合わせ 【温】切干大根の金平 れんこんサラダ みそ汁(しろな・しめじ)	おさくら御飯 赤魚の香味蒸し 冬瓜の生姜あんかけ カリフラワーの甘酢和え みそ汁(白菜・絹さや)
おやつ	ドームケーキ(チョコ)	ミニシュークリーム	抹茶どらやき	クレープ(バニラ)	スイートポテト	蒸しケーキ(いちご)
レク活動	17 記憶力ゲーム	18 歌詞並べ	19 秋の演奏会	20 書道クラブ	21 書道クラブ	22 しりとりゲーム
昼食メニュー	五目御飯 ホキのきのこあんかけ じゃがいもの煮物 香の物(しば漬け) みそ汁(青梗菜・しめじ)	御飯 鶏肉のマスター焼 なすの煮浸し ごぼうサラダ みそ汁(大根・大根の葉)	御飯 さわら西京焼き 茶碗蒸し ほうれん草のツナ和え お吸物(花麩・葱)	三色丼 青梗菜の煮浸し マカロニサラダ みそ汁(なす・大根葉) お吸物(花麩・葱)	御飯 煮込みハンバーグ ツナと青菜のソテー パンプキンサラダ コシノメスープ(キャベツ・人参)	御飯 カレーコロッケ きぬさやの卵とじ ごぼうサラダ みそ汁(青梗菜・しめじ)
おやつ	ミニたいやき	和のパンケーキ	どらやき	ドームケーキ(こしあん)	クレープ(バナナ)	ワッフル
レク活動	24 しりとりゲーム	25 クラフト	26 ジェスチャーゲーム	27 クラフト	28 クイズ	29 音楽会
昼食メニュー	御飯 ハヤシライス ジャーマンポテト コールスローサラダ 野菜ジュース	御飯 たらのポテト焼き 春雨のチャップチエ ツナサラダ コソソメスープ(ほうれん草・人参)	味噌煮込みうどん 茄子ごまだれかけ かぶの浅漬け フルーツ杏仁	御飯 チキン南蛮 じゃがいものカレーソテー ほうれん草の白和え みそ汁(しろな・えのき)	ちらし寿司 【温】竹の子の煮物 春菊の柚子和え みそ汁(玉ねぎ・絹さや) みそ汁(青梗菜・しめじ)	御飯 【温】肉じゃが なすのみそ炒め チングン菜とツナの和え物 みそ汁(青梗菜・しめじ)
おやつ	黒糖ムース	レモンケーキ	味噌饅頭	さつま芋ようかん	バウムクーヘン	スイスロール